
Путь к себе.
История души
КНИГА-ТРЕНИНГ : СТИХИ И ОТКРОВЕНИЯ О ТОМ, КАК ВЕРНУТЬСЯ К СЕБЕ.
— НАТАЛЬЯ БЫСТРОВА —

Наталья Быстрова

Путь к себе. История души Книга-тренинг: стихи и откровения о том, как вернуться к себе

«Автор»
2026

Быстрова Н.

Путь к себе. История души Книга-тренинг: стихи и откровения о том, как вернуться к себе / Н. Быстрова — «Автор», 2026

«Путь к себе. История души» — это книга-тренинг. Стихи, которые лечат, и откровения, которые возвращают домой. О молчании, которое ранит. О поиске тепла. О смелости выбирать себя. Для всех, кто ищет опору и хочет жить, а не выживать.

© Быстрова Н., 2026
© Автор, 2026

Содержание

Предисловие 6
Конец ознакомительного фрагмента. 7

Наталья Быстрова
Путь к себе. История души Книга-тренинг: стихи и откровения о том, как вернуться к себе

Путь к себе. История души

Книга-тренинг: стихи и откровения о том, как вернуться к себе

Аннотация^p^1

«Путь к себе. История души» — это книга-тренинг. Стихи, которые лечат, и откровения, которые возвращают домой. О молчании, которое ранит. О поиске тепла. О смелости выбирать себя. Для всех, кто ищет опору и хочет жить, а не выживать.

Предисловие

Эта книга — не просто сборник стихов. Это летопись моей души. Путь от ожидания и боли — к принятию и покою.

Долгое время я жила в ролях. Жены. Матери. Удобной женщины. Той, кто всё тянет на себе и молчит. Я так привыкла носить броню, что забыла, какая я на самом деле. Но однажды я начала писать. Сначала — от боли. Потом — от благодарности.

В этих стихах — моя правда. А в откровениях — мои осознания. Я не психолог. Я просто женщина, которая прошла свой путь и хочет поделиться тем, что помогло мне выжить и вернуться к себе.

Я верю, что наши души говорят на одном языке. И если ты сейчас читаешь эти строки, значит, мы встретились.

Пусть эта книга станет для тебя тихим другом и проводником. Тем, кто не осудит, не замолчит в наказание и не уйдёт. Тем, кто скажет: «Ты не одна. Я рядом»

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.